KW 27

	Donnerstag 02.07.2026			Freitag 03.07.2026		Samstag 04.07.2026		
	TV Halle	TV Saal	extern	TV Halle	TV Saal	TV Halle	extern	extern
08:00							Wasser-gymnastik Parc	
08:15								Schwimmen, Freibad,
08:30	Funktions-training			Balance				
08:45								
09:00	Rehasport		Nordic Walking, Volkspark Bokel					
09:15								Schwimmen, Freibad,
09:30				Zumba				
09:45	Wirbelsäule							
10:00								
10:15								
10:30		Herz-Kreislauf Ü 60						
10:45				Rehasport				
11:00								
11:15								
11:30				Funktionstr. Hocker				
11:45								
12:00		Rehasport						
12:15								
12:30								
12:45								
13:00								
13:15								
13:30								
13:45								
14:00								
14:15								
14:30								
14:45								
15:00								
15:15								
15:30	Gefäß training							
15:45								
16:00								
16:15	Rehasport							
16:30								
16:45								
17:00	Funktions-training	Puls & Power		Complete Body Workout				
17:15								
17:30								
17:45								
18:00	Hot Iron			Powerpump				
18:15								
18:30								
18:45								
19:00	Step Aerobic							
19:15								
19:30								
19:45								
20:00								
20:15								
20:30								
20:45								
21:00								
21:15								
21:30								
21:45								
22:00								